
العتبة العباسية المقدسة
العدد
70
للأعمار 12-17 سنة
حيدرة
مجلة شهرية تعنى بشؤون الفتيان
تصدر عن قسم الاعلام شعبة الطفولة والناشئة
العدد (٧٠) شهر ذوالقعدة /١٤٤٢هـ / حزيران/ ٢٠٢١م
النظارات
الذكية
إدمان الألعاب الإلكترونية

محتويات هذا العدد



رقم الايداع في دار الكتب والوثائق
1270

العتبة العباسية المقدسة

رئيس التحرير	علي البدري
مدير التحرير	أحمد الخالدي
هيأة التحرير	حيدر سعد العزاوي همام الموسوي
المشاركون	لبيب السعدي
رسوم	عباس راضي علي رستم
كاريكاتير	خضير الحميري عودة الفهداوي
التصميم والاخراج الفني	علي عوني
التدقيق اللغوي	مصطفى كامل محمود



دار الكفيل
للطباعة والنشر والتوزيع
+964 770 673 3834

سنستمر

مع مرور الايام وتبدل الظروف تتنوع التحديات علينا، وفي كل مرحلة نجد أنفسنا أمام مصاعب جديدة، والمطلوب منا أن نجتهد في إيجاد حلول لتخطي هذه التحديات والمصاعب، ومع مرور الوقت سيجد كلُّ فرد منا نفسه قد اجتاز الكثير من المصاعب وأصبح اكثر قدرة على التأقلم مع المتغيرات، فحتى عندما يخسر التحدي والاختبار فإنه يكسب الخبرة لعبور المصاعب التالية، ليست المشكلة ان تمر بأزمة أو صعوبة، المشكلة الحقيقية هي عندما تضعف أمامها وتستسلم ولا تواجهها أو تحاول حلها، كل المصاعب ستنتهي وستكون انت أكثر قوة وخبرة بعدها ولابد من أن نستمر.

• رئيس التحرير



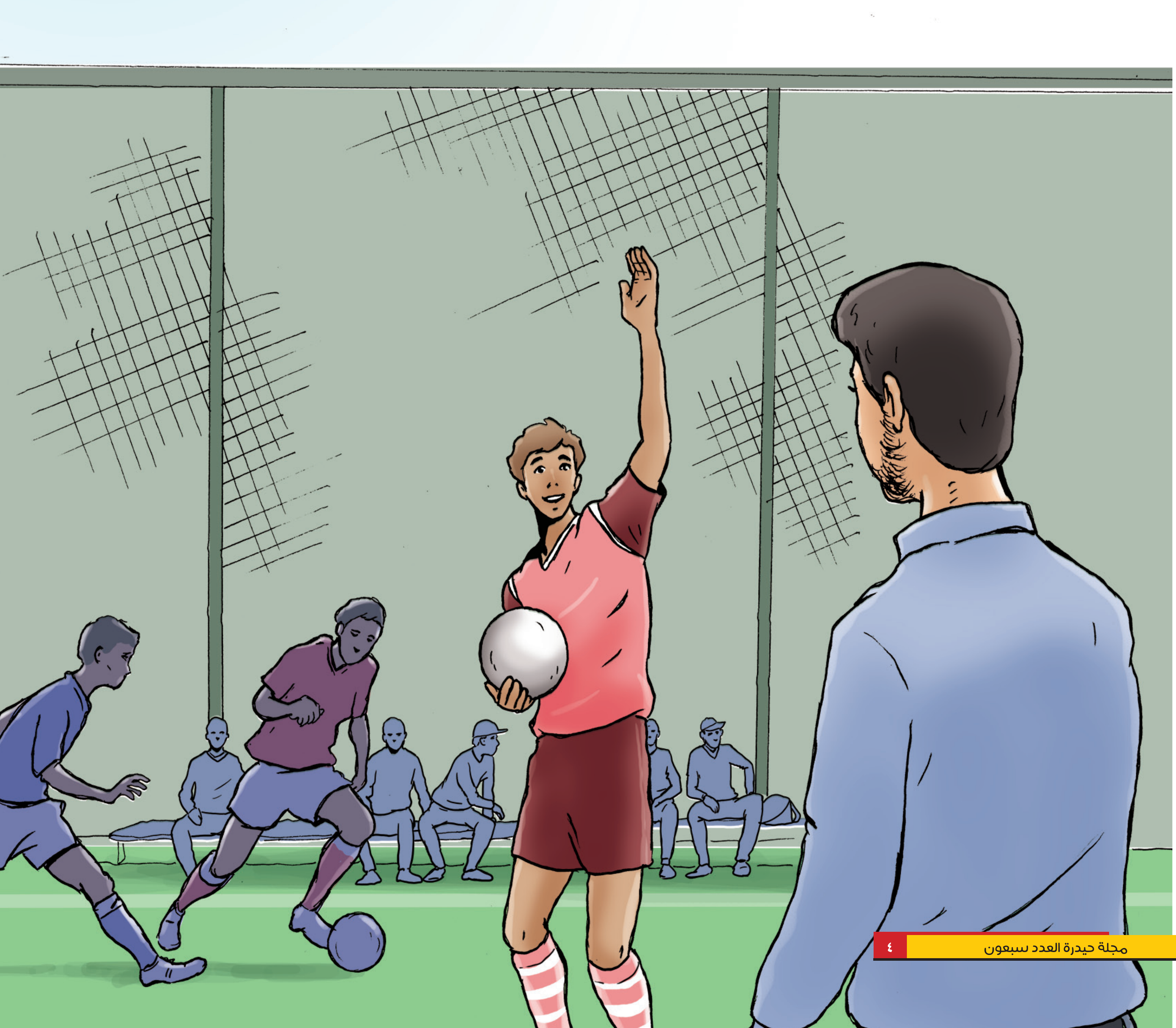






لن أكمل الدراسة

في ساحة كرة القدم التقى حيدر صديقه حسام، بعد فراق لعدة سنوات، بعد أن عاشا فترة دراسة المرحلة المتوسطة معاً يتنافسان على نيل أعلى الدرجات، انتقل بعدها حسام الى مدرسةٍ أخرى قريبة على بيتهم الجديد الذي اشتراه أبوه، سأل حيدر صديقه حسام باهتمام كبير عن مستواه الدراسي وهل ما يزال يحقق أعلى الدرجات في مدرسته الجديدة، وتفاجئ حينما سمع جواب حسام حينما قال (لن أكمل الدراسة) لم يصدق حيدر ما يسمعه من حسام، إنه طالب شاطر ويحقق أعلى الدرجات كل عام، فلماذا سيترك الدراسة؟!،



قال حسام: لا فائدة من اكمال الدراسة والحصول على شهادة في هذا الزمن، فحملة الشهادات لن يحصلوا على وظائف،

قال حيدر: بانفعال شديد انت تتحدث عن هذا الزمن و لا تعرف ما متطلبات الحياة بعد عشر سنوات من الآن ، لن يبقَ الحال على ما هو عليه وستجد لك وظيفة يا عزيزي، لا تقارن الحاضر بالمستقبل فلكل زمان ظروفه الخاصة يا عزيزي، ثم من قال لك أن الحصول على الشهادة الجامعية لغرض الوظيفة فقط ؟! ، نحن ندرس لندرب عقولنا ونجعلها أكثر قدرة على التفكير والابتكار فأول نتيجة للدراسة هي الحصول على عقل متنور قادر على البحث والتحليل ، إضافة الى الحصول على معلومات كثيرة في إحدى التخصصات التي نحبها، كما إنها تبني لك علاقات اجتماعية كثيرة بالطلبة والاساتذة وتجعل منك انساناً أكثر نضجاً في التعامل مع الآخرين ثم يأتي بعد كل هذا حصولك على الشهادة الجامعية التي تؤهلك لإكمال الدراسات العليا والحصول على شهادة الدكتوراه في الاختصاص الذي تحبه لتكون باحثاً أو فيلسوفاً قادراً على اضافة الكثير من العلوم والمعارف فيما تحبه من التخصصات .

لم يقل حسام أي كلمة، اكتفى بالنظر الى حيدر، ثم ابتسم ونزلت دمعة من عينيه واحتضن حيدر بقوة وقال له : سأكمل دراستي يا صديقي ، ونلتقي في الجامعة ان شاء الله .



النظارات الذكية

بدأت الأشياء تتطور في عصرنا الحاضر بسرعة كبيرة ودخلت حياتنا وانتشرت بصورة واضحة فشغلت حيزاً واسعاً من حياتنا اليومية لما تحتويه من مميزات لها أهمية كبيرة في حياة البشر. ومن تلك الاشياء النظارات التي لم تعد مجرد أشياء عادية تلبس فقط لتصحيح النظر أو لأجل التوقي من أشعة الشمس بل تداخلت بها التكنولوجيا وأصبحت مدعومة بتقنية تمكن من يلبسها من رؤية أشياء لا يمكن ان يراها بالنظارة العادية، فالشركات التقنية المهتمة بتطوير النظارات الذكية أصبحت تتمتع بالقدرة على تشغيل ملفات الصوت والفيديو وكذلك دعم الخدمات الأخرى مثل تقنية الواقع المعزز والشاشة البصرية المثبتة على الرأس.

وقد أصبحت مثل هذه النظارات تنتشر وتتطور لتلامس أكثر الامور ارتباطاً بحياتنا لتشكل عامل جذب للمستخدمين الذين يواكبون التطور التقني ويبحثون عن الأناقة والمميزات.

ان الجيل الجديد من هذه النظارات الجديدة بتصميمها الجميل وشكلها المتناسق حققت نجاحاً كبيراً بفضل ميزاتها التي يمكن لها ان تقلل من ضبابية الصورة وتجعلها أكثر وضوحا.

مميزاتها:

- تقدم هذه الفئة من النظارات دقة عالية وتكون الرؤية فيها بواقع ١٢٠ درجة.
- تعمل بخاصية معالجة الصور لتجعل من الصورة انقى واوضح عند استخدامها.
- تدعم علبة هذه النظارة الشحن اللاسلكي مع تزامن تلقائي وسريع مع الهاتف مباشرة.
- تحتوي على مستشعر الارتداء الذي يستعمل بشكل مباشر وأيضا مزودة بلوحة تحكم تعمل باللمس وتستطيع من خلال لمسة واحدة على النظارة أن تشغلها.
- تقدم شاشتها صورة بدقة عالية تفوق ٥ اضعاف الكاميرا العادية لذا يمكن استخدامها مع تقنية الواقع الافتراضي بقدر أكبر من الرؤية.



الحقيقة في صور إبداعية

مصطفى نزار عبد الحسين

مصطفى نزار عبد الحسين العمر ١٦ سنة هو أحد طلبة الصف الخامس الاعدادي والذي التقت به مجلة حيدرة من اجل التعريف بالشباب وتسليط الضوء على مواهبهم وتشجيعهم على تطوير مهاراتهم.

مجلة حيدرة : حدثنا عن موهبتك.

موهبتي هي التصوير الفوتوغرافي وقد اكتشفت ذلك عندما كان عمري ١٣ سنة فأنا أحب الكاميرات والأفكار الإبداعية بالتصوير وفي سنة ٢٠١٨ كانت بدايتي الفعلية بمجال التصوير الفوتوغرافي من خلال استخدامي جهاز الموبايل وبإمكاناته البسيطة كنت دائماً ما أحاول أن التقط الزوايا الاحترافية والجميلة.

مجلة حيدرة : ماذا فعلت لتطور من هوايتك ومهارتك في مجال التصوير؟

شاركت في بعض الدورات لتعلم فنون التصوير الفوتوغرافي ومتابعة كبار المصورين والمحترفين في مجال التصوير لكي اتعلم منهم كيفية اخذ زوايا الصور ومن خلالهم طورت امكاناتي.

مجلة حيدرة : كم تخصص من الوقت لتعلم فنون التصوير؟

ليس هناك وقت محدد لممارسة أي هواية فالحياة فيها أولويات وأهمها التحصيل الدراسي ومتابعة واجباتي المدرسية، وكذلك مساعدة اهلي في توفير احتياجات البيت، أما تعلم فن التصوير وممارسة الهوايات فيعتمد على ما يتبقى لدي من وقت فراغ استثمره في التصوير.

مجلة حيدرة : ما طموحك للمستقبل والى ماذا تسعى في حياتك؟

طموحي أن أصل الى مراحل متقدمة في دراستي وأن أصبح مصوراً محترفاً في مجال التصوير وأعمل في المجال الإعلامي لكي أستطيع توثيق الحقيقة وايصالها الى الناس.

مجلة حيدرة : ما رسالتك الى الشباب؟

رسالتي الى الشباب هي إن لكل شخص حلمه الخاص به ولكل شخص هدف يحبه ويفتخر أن يحققه ويفرح حين يصل اليه فيجب أن تحدد حلمك وهدفك لكي تسعى للوصول اليه ولا تتوقف عن تطوير ذاتك وموهبتك لأن النجاح لا يأتي بدون جهد وتعب وتدريب وتطوير مستمر.



سيد الخواتم

قراءة: احمد الخالدي

معظم الناس وبالخصوص الشباب بين عمري ١٢ و ١٨ سنة يرغبون بمشاهدة افلام الخيال والخيال العلمي لما تتمتع به هذه الفئة العمرية من خيال جامح يحاولون من خلاله أن يتحرروا من نمطية الحياة الواقعية ويمزجون بين ما هو حقيقي وما هو متخيل، وافلام الخيال والاساطير هي النافذة التي يستطيعون من خلالها مشاهدة خيالاتهم أو ما يفوقها على الشاشة. في هذه المقالة سنتحدث عن أكثر أفلام الخيال والاساطير شعبية على مستوى العالم وهو فيلم (سيد الخواتم) الذي صدر بأكثر من جزء وحاز على جوائز عالمية كثيرة.

الفيلم مقتبس من رواية خيالية ملحمية كتبها البريطاني (ج. ر. ر. تولكين). تقع أحداث الفيلم في أرض تدعى الأرض الوسطى، ويتحدث الفيلم عن أقوام مختلفين منهم البشر والأقزام والسحرة وغيرهم، وتدور أحداث القصة حول خاتم السلطة الذي صنعه سيد الظلام (سورون)، تبدأ أحداث القصة باستعراض الحروب التي حدثت بين شعوب الارض الوسطى وكيف كان خاتم السلطة له دور كبير في تحقيق النصر لمالكه، الى ان يصل الحال بالخاتم الى (فرودو باجن) وهو شاب من الاقزام، ويعرض هذا الشاب الموضوع

على الساحر(غاندالف) ليساعده في البحث عن الخاتم الاول الذي هو مصدر كل الشرور التي لحقت بشعوب الارض الوسطى، وخلال رحلة البحث يتعرض (فرودو) وصديقه المخلص المرافق له الى مغامرات وأحداث كثيرة، ويتعرض مرات عديدة لمخاطر شديدة لكن بقوة الارادة والعزيمة يصل الى هدفه وهو التخلص من الخاتم والقضاء على الشرور. الفيلم بأجزائه الثلاثة يتضمن افكارا خيالية واسطورية كثيرة ويحتاج لسردها صفحات كثيرة لكننا سنوجز بعض الدروس المستفادة من الفيلم والتي أهمها:

١ ــ إن التفكير في السلطة والهيمنة موجودة عند اغلب شعوب الارض وهي غريزة طبيعية لكنها اذا تجاوزت الحد أصبحت مرضا يفتك بالجميع ويهدد كل المجتمعات لذلك لا بد من أن ينتبه الانسان ويسيطر على غريزة التسلط والسيادة اذا كانت لديه، ويحاول أن يتذكر دائما إنه مخلوق ضعيف ونهايته الحتمية هي الموت، فلا يذهب بخياله الى أبعد مما رسمه الله له ليكون سعيدا في الدنيا والاخرة.

٢ ــ استعرض الفيلم فكرة القضاء على الشرور والمتمثلة بما يحتويه الخاتم من طاقة شريرة هائلة يمكنها أن تحول من يرتديه الى شخص آخر لا يفكر الا في السيطرة والقضاء على الاخرين، وهكذا هي غريزة الانانية والتسلط تجعل الانسان أشبه بالحيوان لا يفكر الا في ارضاء غرائزه فقط، فالخاتم هنا يمثل الانانية والغريزة وحب الذات، فاذا لم نتمكن من السيطرة على هذه الغرائز فسوف تتمكن هي منا وتوصلنا الى نتائج غير جيدة.

٣ ــ حب الخير وارادته والعزيمة والتعاون بين الناس من أهم الامور التي تطهر المجتمع من الشرور، وتنشر الخير والعدل والمحبة بين الناس، وهذا يشبه حال (فرودو) الذي قطع مسافة شاسعة للتغلب على الشر ليعم الخير والسلام بين الناس.





البطالة

إعداد: احمد الخالدي

عند السؤال عن هذا المصطلح، يأتي الجواب سريعا ان البطالة تعني عدم وجود عمل أو عدم القدرة على الحصول على عمل، وقد يكون هذا صحيحا لكن هناك أبعاد اخرى.

يقول (أنتوني جيدنز): (إن البطالة تعني أن الفرد يقع خارج نطاق قوة العمل، ويعني العمل هنا العمل مدفوع الأجر، كما يعني المهنة أيضاً).

يرى عدد من المتخصصين أن مفهوم البطالة يجب أن يحتوي معيارين اثنين، هما:

١. العمالة المُحبطة: وتتمثل في الاشخاص الراغبين في العمل؛ وفشلوا في الحصول عليه وكفوا عن البحث.

٢. العمالة التي تعمل إجبارياً لبعض الوقت؛ وهم الاشخاص الذين لا يحصلون على عمل في كل وقت.

شروط البطالة:

١. عدم وجود عمل؛ أي انعدام الوظائف الثابتة أو الاعمال الحرة.

٢. البحث عن العمل: السعي للحصول على عمل من خلال البحث والتسجيل في مكاتب طلب الوظائف والعمالة.

٣. الرغبة في قبول الوظيفة، أو العمل الحر.

وقد عُرِّفت البطالة على هذا الاساس بأنها(الحالة التي يبحث فيها الفرد بدرجة كافية عن العمل المدفوع الأجر، ولكنه لا يجده؛ لوفرة العاملين مقابل الوظائف الشاغرة)

للبطالة أشكال متعددة منها:

١ــ البطالة السافرة: وهي الاكثر ظهورا والتي تنطبق عليها التعريفات السابقة.

٢ــ البطالة الجزئية: وفيها يمارس الافراد عملا أقل من الوقت المعتاد، فهم لم يستثمروا قوتهم الكاملة في العمل.

٣ــ البطالة المقنعة: وفيها يتم استخدام عدد كبير من الافراد في عمل لا يستلزم هذا العدد من العمال.

وهناك تقسيمات اخرى للبطالة تتبع النشاط الاقتصادي نفسه أو تتبع الاقتصاد العام للبلد في فترات مختلفة.



علامات الإعراب وأنواعها

تنقسم علامات الإعراب الى أصلية وفرعية:

١ـ الأصلية: وتأتي فيها الضمة في حالة الرفع والفتحة في حالة النصب والكسرة في حالة الجر والسكون في حالة الجزم، كما مرَّ بنا في الحلقة السابقة.

مواضع العلامات الأصلية:

تأتي العلامات الأصلية في الحالات التالية:

- الأسم المفرد مثل (عيّنَ المديرُ معلماً في مدرستنا) وهنا المدير ومعلماً والمدرسة أسماء مفردة وقد ظهرت حركات الاعراب على أواخر الكلمات، ومثله الأسم المفرد الذي يدل على جمع مثل (جاء القومُ، رأيت القومَ، وسلمت على القومِ) وكذلك اسم الجنس مثل (هذا سدرٌ، وغرست سدراً، وأخذتَ من السدرِ).

- جمع التكسير مثل (إن الأنبياءَ هداةُ الامم).

- جمع المؤنث السالم مثل (كانت الطالباتُ مجتهداتٍ في دروسهن).

- الفعل المضارع (ويستثنى منه الأفعال الخمسة والفعل المعتل الآخر في حالة الجزم) مثل (يذهبُ، ولن يذهبَ، ولم يذهبْ).

العلامات الفرعية:

وتأتي مع الأسماء الخمسة والمثنى وملحقاته وجمع المذكر السالم وملحقاته وجمع المؤنث السالم وملحقاته والأسم غير المنصرف والفعل المضارع المعتل الآخر والأفعال الخمسة وسيأتي تفصيل ذلك في الحلقة القادمة إن شاء الله.

كهوف الطار

إعداد: حيدر العزاوي

كهوف الطار عبارة عن تجاويف أثرية قديمة تشكلت بشكل طبيعي تحيطها التلال الرملية من جميع جهاتها، تقع هذه الكهوف في الطريق المؤدي الى قضاء عين التمر غرب مدينة كربلاء المقدسة بحوالي ٣٠ كيلومترا يبلغ عدد تلك الكهوف تقريباً ٤٠٠ كهف. تنقسم كهوف الطار الى نوعين أساسيين اولها: كهوف فوق مستوى سطح الوادي المحيط بها بقليل ذات فتحات اسطوانية صغيرة نسبياً حيث يبلغ حجم فتحتها متراً ونصفاً ارتفاعاً ومتراً واحداً عرضاً، اما المساحة الاجمالية للكهف فتبلغ تقريباً ٦ أمتار مربعة.



اما النوع الثاني من هذه الكهوف فتكون اعلى ارتفاعاً من الاولى وتتميز هذه الكهوف عن غيرها بانتظام أشكالها الهندسية، كما توجد ايضاً بعض الكهوف الاخرى على امتداد تلك الهضاب. من خلال بعثة يابانية زارت هذه المنطقة تم تحديد العمر الزمني لهذه الكهوف الطبيعية، حيث وجدت أنها تعود الى الالفية الاولى قبل الميلاد. كان يعتقد بأن هذه الكهوف كانت تستخدم كمواضع للجنود لأغراض دفاعية في بدء الأمر ثم كمدافن وقبور فيما بعد، وتدل آثار عديدة على ان هذه الكهوف كانت مأهولة فيما سبق لعل ابرزها وجود آثار الدخان الواضحة على سقوف الكهوف بالإضافة الى العثور على بعض من انسجة الكتان الملونة والتي تقدر تقريباً بحوالي ٢٠٠٠ قطعة ما بين انسجة الكتان الناعمة المزخرفة وبعض الالبسة المصنوعة من جلود الحيوانات المختلفة، مما يدل على الابداع الكبير للإنسان الذي سكن تلك الكهوف في حقب زمنية ماضية.



قصيدة
(اليوم تملكني)

للشاعر
مهدي جناح الكاظمي



اليوم تَملكُنـي وتَملكُنـــــيْ غَدا
أنَا لَمْ اكُـنْ إنْ لَمْ تكن لي سيدا
ماذا فَقَـدتُ اذا وَجَدْتـك مُلهما
ماذَا وَجَـــدْتُ إذا فَقَدْتُـك مُنجدا
غَيري بِحَبْـل سِواك باتَ مقيدا
وانا بحبـل هـواك بِــــتُ مُقيدا
ياكوكـــبَ الإسْـلامِ لَوْلا مَطلعٌ
لكَ فِي الطُفُوفِ لَغالَهُ ليلُ الردى
فإذا الطَريقُ خُطـاك كُلُّ تُراثنا
وَعلى دمـــاءِك ياحُسين تَعبَّدا
يَابْنَ الذّي شَطَرَ ابنَ ودٍّ ومَرحَبا
والصّور صِيْغ لِراحَتَيـِه مُهَنِدا
وَهَبَ النَبيُّ تلكَ الشفاعـة كُلَّها
وأبوك وَالقـرانُ فِيـــكْ تجسدا
فلو استغاث بِكَ الشُّقاةُ مِنَ اللظى
يَوْماً أمرتَ لِهيبَهـــا أنْ يُخمَدا

يبدأ الشاعر بعرض عقيدته الحقيقية في الامام الحسين(عليه السلام) إذ إنه يرى ان الحسين(عليه السلام) سيده الواجب الطاعة وهذه هي عقيدة مدرسة اهل البيت(عليهم السلام) فالشاعر في ابياته هذه يصرح بأنه ملك كل شيء أن كان الحسين(عليه السلام) ملهمه وقائده وسيده وانه اذا فقده فقد كل شيء فهو كما يصف نفسه متعلق بحبل الحسين(عليه السلام) الذي هو حبل الله كما تصفه الاية(واعتصموا بحبل الله) على خلاف من لا يوالي الحسين(عليه السلام) ولا يعترف بإمامته، ويبين الشاعر في بيت آخر ان طريق الحق والخير والعدل عبّده الحسين(عليه السلام) بدمائه الطاهرة ولولا وقوفه بوجه الظالمين لضاع الدين وتغير على حسب امزجة السلاطين ثم يشير الى سعة شفاعة الحسين(عليه السلام) لأنه صار تجسيدا للقرآن وتجسيدا لأبيه علي(عليه السلام) الذي هو القرآن الناطق، فصار بذلك مغيثا وشافعا للمستشفعين.



كتاب
مصيدة التشتت
(كيف تركز في فوضى العالم الرقمي)

تأليف: الباحثة فرانسيس بوث

قراءة: احمد الخالدي

أصبح الانسان في عصرنا هذا متعلقاً بمحفزات ومشاغل كثيرة منها اجهزة الهواتف الذكية والحواسيب وما يتبعها من الاتصال بالعالم من خلال وسائل التواصل الاجتماعي ومحركات البحث على الشبكة العنكبوتية (الانترنيت)، مما نتج عن ذلك ضعف التركيز على الانشطة الطبيعية التي كان يفعلها الفرد قبل انتشار هذه التكنلوجيا، ومنها التواصل مع أفراد العائلة وممارسة الهوايات والانشطة الرياضية وقراءة الكتب وغيرها، وفي هذا الكتاب تقدم الكاتبة وهي باحثة متخصصة في علم الاجتماع استشارات ومحاضرات للأفراد والمؤسسات حول سيتراتيجيات السيطرة على التشتت الذهني.

تقول الكاتبة في مقدمة كتابها: (ماذا يحدث عندما تركز ولا تتشتت؟ سوف تكون أكثر انتاجا واقل توترا وسيختفي بطريقة ما هذا الطنين المتواصل في الخلفية) وتقصد بالطنين في الخلفية الكمية الهائلة من المؤثرات التي دخلت حياتنا من مصادر متعددة مما تسبب بتحولها الى مصدر ازعاج وتوتر وقلق.

وفي هذا الكتاب تقدم المؤلفة تسع خطوات تساعدك على التخلص من التشتت وتزيد من تركيزك في الامور المهمة وأول هذه الخطوات أن تشخص حالتك وتقيمها فتتعرف على كونك مشتتا أم لا ثم بناءً على الخطوة الاولى ستطلع على النصائح اللازمة التي تزيد من تركيزك وتخرجك من دائرة التشتت .

وفي الختام ننصحكم بقراءة هذا الكتاب لما يتضمنه من مواضيع مهمة ومفيدة جدا.

كلية التمريض



إعداد: حيدر العزاوي

الى الراغبين بممارسة التخصصات الطبية ذات الطابع الانساني، للحالمين بأن يكونوا سبباً في انقاذ الارواح ورفع الآلام والمعاناة عن كاهل الناس، للذين يطمحون لرسم الابتسامة على شفاه المرضى ومساعدتهم لحين تجاوز المحنة، كلية التمريض خياركم الأمثل لذلك.

نبذة مبسطة عن الكلية

تأسست اول كلية للتمريض في العراق بحلول عام ١٩٦٢م وبالتنسيق مع وزارة الصحة العراقية ومنظمة الصحة العالمية، لتصبح في العام ١٩٦٤م تابعة الى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، حيث كانت أحدى الكليات التابعة لجامعة بغداد.

ان الهدف الأساسي من تأسيس كلية التمريض هو رفد المجتمع بأشخاص من ذوي الاختصاصات العلمية والمعرفية ممن يمتلكون امكانات نظرية وتطبيقية للعمل في المؤسسات الصحية العامة والخاصة من أجل التعامل مع الحالات الصحية المختلفة وتوفير العناية اللازمة لهم ورعايتهم لحين شفائهم.

نبذة عن المناهج التدريسية لكلية التمريض

من اجل الحصول على شهادة البكلوريوس في التمريض

يتوجب على الطلبة الدارسين قضاء اربع سنوات دراسية، يدرس الطالب في السنة الاولى الاساسيات الاولى لعلم التمريض بالإضافة الى علم التشريح والطفيليات والكيمياء وعلوم التغذية. السنة الثانية والتي تعتبر من اهم السنوات الدراسية، يدرس الطلبة خلالها كل ما يتعلق بالعلوم الباطنية للإنسان كـ(القلبية، وامراض الدم وغيرها بالاضافة الى دراسة الجراحة كالجراحة العصبية والكسور والعيون والاذن والانف والحنجرة وكل ما يتعلق بالجراحة العامة بالإضافة للعلوم الدوائية). السنة الثالثة تكون خاصة بالمرأة والطفل يدرس خلالها الطلبة الاساسيات الخاصة للتعامل مع الحالات المختلفة لكليهما وغيرها من المناهج ايضاً. السنة الرابعة تكون مخصصة للصحة النفسية والعقلية والمجتمعية بالاضافة الى مناهج اخرى.

ماذا يمكن أن يعمل خريجو كلية التمريض ؟

هناك العديد من الوظائف المرموقة التي يمكن لخريجي كلية التمريض العمل بها وسنذكر بعضاً منها:

- العمل في المؤسسات الصحية العامة والخاصة بصفة ممرض بالإضافة الى المستشفيات العسكرية والمراكز التابعة لوزارة الصحة.
- العمل مشرفاً لضمان سير الاعمال المتعلقة بالتمريض الصحي في بعض المراكز والمختبرات الخاصة كمراكز العناية بالأم والطفل والعمل بها ممرضا ايضاً.
- العمل في القطاع التدريسي في الجامعات بعد اكماله الدراسات العليا.
- العمل في مجال التدريب والارشاد ونشر الثقافة الصحية في مراكز التأهيل المجتمعي وغيرها.
- العمل في العيادات الخاصة المختلفة الاختصاصات لحاجتهم للخدمات التمريضية فيها.

رياضة الـ(آيكيدو)

وهي احدى الرياضات اليابانية القديمة والشعبية التي يمارسها الأشخاص في اليابان وتعتبر من صنف ألعاب القتال، وقد أسسها (موري أوتشي) الذي كان يحمل لقب (المعلم الكبير) ورياضة الـ(آيكيدو) رياضة دفاعية أكثر منها هجومية ولذلك لا يكون فيها تنافس وإنما هي تستغل طاقة الخصم لرد عدوانه، ويتألف اسم هذه الرياضة في اللغة اليابانية من ثلاثة مقاطع وهي (آي) وتعني الانسجام أو التوافق و(كي) وتعني الطاقة الكامنة و(دو) وتعني الطريقة.

نبذه مختصرة:

تقنيات هذه الرياضة سهلة جدا وقد يعتقد البعض انها معقدة لكن بعد الخوض فيها سوف نرى كم هي سهلة سواء كانت بسلاح او من دون سلاح وتعرف قديما بأنها التدريب على البعد الروحي والأخلاقي للسيطرة على الذات وضبط النفس.

المدارس وانتشارها حول العالم:

تنتشر الكثير من المدارس لهذه اللعبة في بلدان عديدة وتدرب الأشخاص على الفنون القتالية وجعلت من تدريبها منهجا يمتد على نطاق واسع، وتشتهر هذه الرياضة في اليابان والصين وكوريا فضلا عن بلدان أخرى في الشرق أو الغرب. وتعتمد الـ(آيكيدو) أساسا على مبدأ الدفاع عن النفس ونادرا ما تجد لاعبا يهاجم وأيضا هو لا يبالغ في هدر طاقته حين يواجه شخصا ما وإن كان المهاجم مسلحا فنرى اللاعب في غاية الهدوء والتركيز؛ لأنها تعتبر من أكثر الفنون القتالية التي تصل بممارسها إلى أعلى مستوى من النقاء الذهني. ويتمتع المارس لهذه الرياضة بقدرة عالية في استخدام نقاط الضعف في جسم الخصم ليتمكن من التغلب عليه بسهولة.



الزعـــــتر

ظهرت لبعض الاعشاب منذ العصور القديمة فوائد متعددة وقد استخدمها الكثير من الناس وادخلها في الكثير من العلاجات للأمراض المختلفة وما زالت تستخدم أيضا لإضافة نكهة مميزة للطعام وتستخدم بعض الأعشاب والنباتات الطبية كتوابل للطهي. وان الكثير من الناس على معرفة من الفوائد الصحية لبعض هذه النباتات وتثق في قوة الشفاء باستخدامها وإحدى هذه الأعشاب والتي تعتبر مهمة ومفيدة لعلاج الكثير من الحالات المرضية هو الزعتر.

فوائد الزعتر:

يعتبر الزعتر من الأعشاب أو التوابل الشهيرة في أي مطبخ عربي ويتم استخدامه في العديد من الأكلات العربية لأنه؛ يشتهر برائحته القوية وبفضل مذاقه المميز يظل الزعتر عنصراً أساسياً في الطهي حتى يومنا هذا لكن الزعتر اكتسب شهرة واسعة بسبب خصائصه الطبية في علاج الكثير من الامراض .

استخدامات الزعتر:

١ ــ ويستخدم زيت الزعتر الأساسي الذي يتم الحصول عليه من أوراقه كعلاج طبيعي للسعال وفي إحدى الدراسات ساعد مزيج من أوراق الزعتر واللبلاب في تخفيف السعال وأعراض التهاب الشعب الهوائية الحاد.

٢ ــ يساعد الزعتر في تعزيز مناعة الجسم فهو مليء بفيتامين (سي) وهو أيضاً مصدر جيد لفيتامين (أي) فهو يساعد مرضى نزلات البرد على استعادة صحتهم بسرعة.

٣ ــ يستخدم في تخفيف الم الرأس وتقوية الذاكرة.

٤ ــ من استخداماته في الطب الشعبي هو علاج الم البطن والغثيان ونزلات البرد والتهابات اللثة وغيرها.

إعداد :همام الموسوي

غير حياتك للأفضل

كل شيء يدور من حولنا وفي هذه الحياة اليومية لا يمكنه ان يغير من واقعنا للأفضل ما لم نقم نحن بالتغيير فكم من شخص اتخذ القرار الصحيح وغير مجرى حياته للأفضل ووضع نقطة فاصلة في حياته دون ان يعلم ماذا كان يفعل سوى انه تحدى الظروف وكل شيء وعمل بجهد وركز في اهدافه حتى وصل الى تحقيقها وفيما بعد اكتشف انه سار في الطريق الصحيح.

التغيير بالفعل وليس بالكلام فقط

ان اتخاذ القرار بالتغيير لا يجب ان يكون كلاماً فقط بمعنى انه يجب ان تغير حياتك الماضية لمستقبل أفضل لأن النجاح ليس بالشيء السهل انما هو اجتهاد وتطبيق لمبادئ حقيقية.

طرق صحيحة يمكن من خلالها التغيير:

١ ــ تحديد الهدف الذي يريد الشخص تحقيقه من خلال التركيز على الاهداف الاكثر أهمية ذات التأثير الكبير على حياتنا.

٢ ــ وضع خطة مدروسة وفق جداول زمنية للوصول الى الهدف.

٣ ــ الدراسة الجدية للمحاسن والاضرار التي من الممكن ان تنتج عن ذلك التغيير ومحاولة تجنب الاخطار المادية والمعنوية.

٤ ــ توفير كافة الاحتياجات واللوجستيات المهمة للوصول الى الهدف بسرعة .

٥ ــ عندما تفشل في اول محاولة لا تترك السعي للوصول الى الهدف بل حاول مرة أخرى.

٦ ــ استعن بالله واطلب منه التوفيق.

ركز نحو المستقبل

ان الثمرة الحقيقية التي يكتسبها الفرد عندما يعمل على تغيير حياته للأفضل هي ليست بالحصول على شيء في الوقت الحاضر فقط وانما التخطيط لما ستصبح عليه في المستقبل لكي تستمر في العطاء وبذل الجهد لتطوير ذاتك وتكون شخصاً ناجحا ومتميزا في حياتك العلمية والعملية ولا بد من تطوير مهاراتك المعرفية وان تفكر تفكيراً ايجابياً لكي تصبح شخصا قادرا على التعامل مع المحيط الاجتماعي بشكل ذكي كما أن التفكير الإيجابي يساعد على تجاوز العقبات وتحقيق الأهداف وصولاً للنجاح وبالتالي تغيير الحياة نحو الأفضل.



إعداد: احمد الخالدي

فأولئك حبطت اعمالهم

تكرر معنى حبوط العمل أو إحباطه بكثرة في القرآن الكريم، ومعناه ذهاب ثواب الاعمال وبطلانها بمعصية متأخرة عن العمل، أي إن الانسان يعمل أعمالا صالحة يستحق عليها الاجر والثواب لكنه يفعل ذنباً أو عملا غير صالح فيذهب بثواب العمل الصالح السابق وكأنه أحرق رصيده من الحسنات التي استحقها بذلك العمل الصالح.

من أسباب إحباط العمل:

١ ــ الاشراك بالله: من أهم أسباب إحباط الاعمال هو الاشراك بالله تعالى قال عز وجل في كتابه الكريم: (ذلك هدى الله يهدي به من يشاء من عباده ولو اشركوا لحبط عنهم ما كانوا يعملون) الانعام ٨٨.

٢ ــ الارتداد عن الدين: وهو ان يكون الانسان مسلما فيخرج من الاسلام، قال تعالى: (ومن يرتدد منكم عن دينه فيمت وهو كافر فاولئك حبطت اعمالهم في الدنيا والاخرة واولئك اصحاب النار هم فيها خالدون) البقرة ٢١٧.

٣ ــ الكفر بالايمان: والايمان هو الأثر الحاصل والصفة الثابتة في قلب المؤمن أي الاعتقادات الحقة التي هي منشأ الأعمال الصالحة، فيؤدي الكفر بالإيمان إلى ترك العمل بما يعلم أنه حق كتولي المشركين، والاختلاط بهم، و الشركة في أعمالهم مع العلم بأحقية الإسلام، و ترك الأركان الدينية من الصلاة والزكاة والصوم والحج مع العلم بثبوتها أركانا للدين.

٤ ــ كراهة ما أنزل الله تعالى من الكتب والشرائع على أنبيائه فكان نتيجة ذلك الاستكبار عن اتباع ما أنزل الله عز وجل، قال تعالى: (ذلك بأنهم كرهوا ما أنزل الله فأحبط أعمالهم) سورة محمد الاية ٩.

الزلازل

ظاهرة طبيعية تحدث بأوقات مفاجئة ولا يمكن التنبؤ بموعد حدوث الزلزال ولكن يمكن التنبؤ بما بعدها من موجات زلزالية أخرى تتبع الزلزال الاول .

كيف تحدث الزلازل؟

الزلازل تحدث نتيجة تحرك الطبقات الصخرية في باطن الارض نتيجة تكسر بعض الصخور بفعل البراكين او تغير لأحجام بعض المعادن في باطن الارض او نتيجة انفجارات قوية لبعض القنابل كتجارب القنابل النووية، مما ينتج عن ذلك التكسر طاقة كبيرة تؤدي الى اندفاع الطبقات الصخرية مولدة موجات اهتزازية تستمر على طول الخط الذي حدث فيه ذلك التكسر الصخري الذي يسمى بـ(بؤرة الزلزال)، حيث ان اهتزاز الارض يمكن ان يستمر لما بعد البؤرة الزلزالية ويقل كلما ابتعدنا عنها.

تقاس الزلازل بمقياس يسمى (ريختر) حيث ان الهزات القوية منها تسبب اضراراً بشرية ومادية جسيمة، كما انها لو حدثت في البحار والمحيطات يمكن ان تتسبب بموجات مائية ضخمة تسمى (تسونامي) تتسبب بغرق المدن الساحلية،

بحسب دراسات لمراكز خاصة يقدر عدد الزلازل المتكونة على سطح الارض بـ (١٢،٠٠٠) - (١٤،٠٠٠) زلزال سنوياً تنشط في أماكن متفرقة على سطح الكرة الارضية.

الهندي الفقير وقصة أول موقع للبريد الالكتروني

إعداد: احمد الخالدي

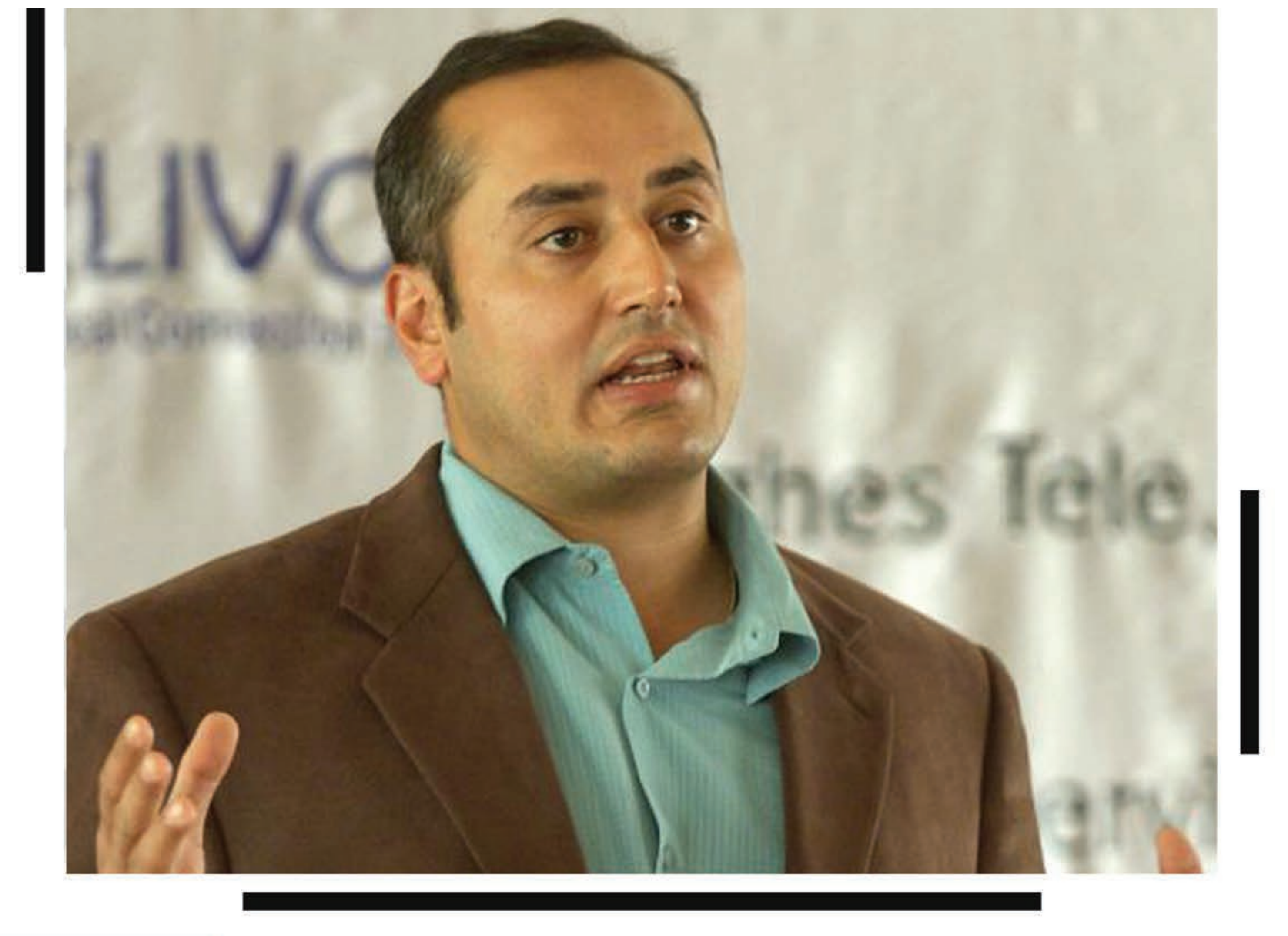


قصتنا هذه عن شاب هندي فقير انحدر من عائلة متوسطة في الهند، وحقّق هذا الشاب نجاحا كبيرا في عالم الإنترنت فقد أسس أول بريد إلكتروني مجاني على الشبكة العنكبوتية وأصبح ثاني أكبر مزود لخدمة البريد الإلكتروني في العالم، وكان هذا الشاب ينظر الى احتياجات البشر بطريقة بسيطة جدا ويمكن أن تلبي التكنولوجيا هذه الاحتياجات بكل سهولة.

البدايـــــــة:

ولد "صابر باتيا" في مدينة (شانديغار) الهندية عام ١٩٦٨ ونشأ في أسرة متوسطة الدخل فقد كان والده جنديا ووالدته موظفة في البنك المركزي الهندي وكان والدي صابر حريصين على تعليم ابنائهم تعليما جيدا، وهذا ما جعل صابر يجتهد للحصول على شهادة البكالوريوس في الهندسة الكهربائية وبعد تخرجه قرر الذهاب للولايات المتحدة الأمريكية بهدف إكمال تعليمه في جامعة ستانفورد التي حصل منها على شهادة الماجستير.

نجح صابر في الحصول على وظيفة في شركة "أبل" وشركة فاير باور "Firepower"، بصفة مهندس وتعرف مبكرا على العالم الافتراضي والإمكانات الجديدة



التي تقدمها شبكة الانترنيت للناس في كل بقاع الارض، والتقى صابر في أثناء عمله في الشركة بـ(جاك سميث) وبدأ الصديقان في فكرة عمل جديدة يتشاركان فيها ليتخلصا من روتين الوظيفة. تعلم "صابر" لغة (بويربويلدر) للبرمجة ثم طور لغة تشبهها فكانت أساس فكرة إنشاء موقع "هوتميل" للبريد الالكتروني المجاني الذي يمكن الوصول إليه من أي مكان في العالم، ومنذ ذلك الوقت ترك صابر وزميله جاك وظيفتهما وعملا على مشروعهما الجديد. واجهت صابر صعوبات كثيرة في بداية المشروع، ولكن بعد جهد واصرار على تحقيق الهدف تم اطلاق موقع (هوتميل) رسميا وأصبح الموقع يمتلك حوالي ١٠ ملايين مستخدم خلال وقت قياسي. واصل صابر عمله على أفكار جديدة وحاول باستمرار تقديم اختراعات مبتكرة للعالم، وحصل على العديد من الجوائز والتكريمات كان منها جائزة رجل الأعمال لعام ١٩٩٧، وجائزة بيبول لعام ٢٠٠٢، كما اختاره معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا كأحد أهم ١٠٠ مخترع شاب لهم تأثير كبير على عالم التكنولوجيا. وقامت شركة مايكروسوفت بشراء موقع هوت ميل مقابل مبلغ كبير جدًا وهو ٤٠٠ مليون دولار، وهنا حصل صابر الشاب الطموح على الثروة، بالإضافة إلى ذلك حصل على وظيفة في أهم شركة تقنية في العالم.

إعداد :حيدر العزاوي



رغبة تدغدغ أحلام الشباب أملاً في حياة أفضل

وسط تفاقم الاوضاع التي نعيشها على كافة الاصعدة والمستويات وترديها في مجتمعنا العراقي، والغياب الواضح للدور الحكومي في تحسينها وتغيير الاوضاع للأفضل، يلجأ الشاب العراقي الى التفكير في ترك بلده واللجوء الى بلدان أخرى أملاً في تحقيق أمنياته التي هي في الاساس حقوق مشروعة لا تتعدى كونها حاجات ضرورية كحق العمل وحق العيش بكرامة وتكوين أسرة، والحُلم بمستقبل واعد له ولأفراد أسرته، الا ان هذه الأحلام احياناً



يمكن ان تصدم بالواقع، حيث الصعوبات الكبيرة في استحصال الموافقات الرسمية والقانونية للعيش في أحدى تلك البلدان التي ينوي الهجرة اليها بالإضافة الى المعوقات المعيشية التي يمكن ان يواجهها في تلك البلدان، هذا التحقيق يسلط الضوء على أحلام الهجرة للشباب واذا ما كانت هذه الاحلام واقعية تضمن لهم الخلاص ام أنها لا تتعدى كونها مجرد أحلام وردية ستزيد الوضع المأساوي سوءاً ممزوجاً بمأساة الغربة والبعد عن الاهل والاحبة.

للحديث عن هذا الشأن التقينا بالباحث الاجتماعي الأستاذ (حكمت أسماعيل) ليجيبنا عن السؤال، هل من محفزات حقيقية للشباب في البلدان التي يرومون الهجرة اليها لا نجدها في وطننا؟ ليجيب قائلاً: المحفزات التي يمكن ان يجدها الشاب في تلك البلدان هي في الحقيقة مقومات أساسية من الواجب توفرها في أي مجتمع كالأمن والعمل والبيئة الصالحة للعيش والمستقبل الواعد، الا اننا وللأسف الشديد نعيش في واقع يختلف جذرياً عما تعيشه بلدان العالم المتحضر، حيث تتحمل الجهات

الحكومية المسؤولية العظمى في عدم توفيرها هذه المقومات الاساسية التي تضمن العيش الكريم للشباب وسائر فئات المجتمع، علاوة على ذلك فالبلد يفقد في كل عام العديد من الطاقات الشبابية و الكفاءات الشيء الكبير، اذ لو استثمرت هذه الكفاءات بشكل مثالي لكان بلدنا من أفضل البلدان وأكثرها تقدماً. من وجهة نظر دينية شرعية العديد من الاجوبة عن استفسارات عديدة وردت الى موقع سماحة اية الله العظمى السيد علي الحسيني السيستاني حول هذا الشأن، فاخترنا أجابة عن ابرز سؤال والمتمثل بالآتي: ما حكم المهاجر المضطر الى بلد غير اسلامي ؟ فكانت الاجابة مفادها الآتي: إذا حكمت الضرورة على المسلم أن يهاجر الى البلاد غير الإسلامية مع علمه بأن تلك الهجرة تستوجب نقصاناً في دينه، كما لو سافر لإنقاذ نفسه من الموت المحتّم أو غير ذلك من الأمور المهمة، جاز له السفر حينئذ بالقدر الذي يرفع الضرورة دون ما يزيد عليها.



كما التقينا بالشاب (م. ع) العائد من هجرته من أوربا ليتحدث لنا عن تجربته ، وما هي النصائح التي يمكن ان يقدمها للشباب بهذا الصدد، فتحدث قائلاً: رغم كل الاحلام التي كنت ارغب بتحقيقها من خلال الهجرة الا انني صدمت بالحياة في ذلك البلد حيث القوانين تختلف جذرياً عما هي عليه في بلدي بالإضافة الى ان طبيعة المجتمعات الاوربية تختلف اختلافاً جذرياً عن طبيعة المجتمع العراقي، حيث انها لا تتماشى مع عاداتنا وتقاليدنا اضافةً الى صعوبة الحصول على الاقامة وإكمال الإجراءات القانونية المتعلقة بها إذ تتطلب هذه العملية سنوات عديدة، تعيش خلالها في تلك البلدان كالمتسول تقتات على نفقات حكومية ان وجدت، نصيحتي للشباب المثقف الواعي بالعدول عن فكرة الهجرة بشكل نهائي واستثمار كامل طاقاتهم من أجل تحسين واقع بلدنا، حيث انني عدت نادماً فالأمنيات التي كنت اتمناها والاحلام التي كنت أحلم بها لم تكن الا سراباً وإن الواقع الحقيقي مظلم ومجهول.

إغاثة الملهوف شيمة من شيم النبلاء

جاء الدين الاسلامي الحنيف مكملاً ومهذباً لأخلاقيات عديدة كان يتصف بها العرب دون غيرهم كالكرم والشجاعة والمروءة، بالإضافة الى صفات اخرى لعل ابرزها هو (إغاثة الملهوف)، والمقصود بالملهوف هو كل من اصابه حزن او ضيق او مصيبة او عانى من فقد او ظلم وهو الطالب للمساعدة والمستغيث بالآخرين لمواساته ومساعدته من خلال مد يد العون له ومساعدته حتى يتجاوز تلك المحنة.

ونرى في عصرنا الحديث ابتعاد البعض عن هذا الخلق الاسلامي والواجب الانساني تجاه الاخرين، فمنهم من يمتنع عن اسعاف مصاب او جريح مرمي وسط الطريق، او يتقاعس عن نصرة مظلوم التجأ اليه ليدلي بشهادته بحقيقة ما رآه، او بالتخاذل عن انقاذ غريق او شخص اخر تعرض منزله الى حريق والاكتفاء بالمشاهدة فقط من دون أن يحرك ساكنا ويمد يد العون لمن يحتاجها.

وفي حقيقة الأمر يتخطى فعل (اغاثة الملهوف) بأن يكون خلقاً اسلامياً فقط بل يتجاوز ذلك ليكون واجبا إنسانيا توجبه الفطرة الانسانية النقية. ويتحتم علينا كمسلمين أن نحيي هذا الخلق الانساني وأن نعمل به ونطبقه على أرض الواقع، تطبيقاً لتعاليم السماء وخدمةً لأخينا الانسان.





فن النقد

هل تساءلت يوماً عن كيفية التمييز بين الاعمال الجيدة والرديئة في الاعمال الادبية المختلفة، سواء كانت تلك الاعمال (قصصاً ام روايات ام شعر أم غيرها) ؟ إن معرفة ذلك وإتقانه يسمى (النقد الادبي). يعتبر فن النقد الأدبي أحد الفنون المهمة التي يمكننا من خلاله تحليل المواضيع الادبية المختلفة مع بيان مواضع الضعف والقوة الظاهرة منها والباطنة، والبوح بها بكل شفافية وموضوعية، اي دون اي تحيز او رأي شخصي من قبل الناقد وانما يكون ذلك النقد، نقداً بناءً مبنى على أسس ومبادئ علمية ومنهجية خاصة. ويُعرض العمل الادبي على شخص او مجموعة اشخاص يمتلكون المؤهلات والمميزات الخاصة التي تؤهلهم ان يكونوا نقاداً، حيث يتوجب على الناقد ان يكون ملماً بكافة الفنون الادبية المختلفة وان يكون على اطلاع دائم على آخر التطورات والمراحل التاريخية التي يمكن ان يمر بها ذلك الفن الادبي او انه قد مر بها سابقاً، مع ملاحظة وجود الذوق الادبي والثقافة والمعرفة العامة، ويحظى نقاد الأدب خصوصاً وجميع النقاد عموماً بمختلف اختصاصاتهم بأهمية كبيرة، لما يقدمونه من ملاحظات مهمة تساهم في تقويم وتطوير الفن والادب وغيرها من العلوم وإظهاره بأفضل صورة للمتلقي والمشاهد، حيث يحرصون على ان يخضع العمل المقدم لكل الضوابط والشروط الفنية والمهنية الخاصة به دون الحياد عنها.



متابعة: همام الموسوي

جمعية كشافة الكفيل

بالتعاون مع مركز رحماء بينهم تقييم مخيم تربوي ترفيهي خلال أيام الشهر الفضيل

اتاحت الأجواء الروحانية لشهر رمضان المبارك الفرصة للشباب للتعبير عن ذاتهم والمشاركة الكبيرة في مخيمات كشفية تعزز من سلوكياتهم الثقافية والدينية، فقد اقامت جمعية كشافة الكفيل مخيم كريم آل البيت (عليهم السلام) للمدة من ١٩-٢١/٤/٢٠٢١ لفئة من الشباب الكربلائي بالتعاون مع مركز (رحماء بينهم) حيث شهد حفل الافتتاح مشاركة مميزة لفرقة المسرح التابعة للجمعية فضلا عن شرح ضوابط ومحطات المخيم. وتضمنت الفعاليات التي نظمتها الجمعية فقرة رياضية تمثلت ببعض الألعاب الرياضية مثل إقامة مباراة لكرة القدم بين فريق الجمعية وفريق رحماء بينهم للمشاركين في المخيم.

وللحديث عن هذا الشأن كان لمجلتنا لقاء مسؤول شعبة الطفولة والناشئة الاستاذ حسنين فاروق الخفاجي فتحدث لنا قائلاً: ضمن أنشطة وفعاليات مخيم كريم آل البيت (عليهم السلام) أقامت جمعية كشافة الكفيل وبالتعاون مع مركز رحماء بينهم مجموعة من الورش المميزة التي شملت العديد من الجوانب المعرفية والمهارية وتعليم الشباب المفاهيم القرآنية التي قدمها المدرب حسين عبد السادة بواقع ورشة واحدة في كل يوم. ولمعرفة المزيد عن تفاصيل هذا المخيم التقت مجلة حيدرة بالمدرب حسين عبد السادة فتحدث لنا قائلا: تضمنت الدورات التي اقامتها جمعية كشافة الكفيل العديد من الورش والتي شملت احدى فقراتها إعطاء

ورشة كاملة يتم من خلالها تبيان مفهوم وفضل القرآن الكريم بعدة طرق وتمارين تساعد على التعلم والمتعة في نفس الوقت.
وفي سياق الحديث وللتعرف أكثر عن تفاصيل إقامة ورش ودورات المخيم التقت مجلة حيدرة بالأستاذ علي حسين عبد زيد مسؤول وحدة الأنشطة والمخيمات للجمعية فحدثنا قائلا: بهدف تعزيز القيم والمفاهيم المكتسبة من الورش المقدمة وخلق بيئة تنافسية بين المشاركين أقامت جمعية كشافة الكفيل التابعة لشعبة الطفولة والناشئة في قسم إعلام العتبة العباسية المقدسة مسابقة ثقافية ضمن أنشطة مخيم كريم آل البيت (عليهم السلام) لفئة من الشباب بالتعاون مع مركز رحماء بينهم.
وأضاف علي حسين: ان التعايش وتقبل الآخرين وآداب الحوار أبرز المحاور التي تناولتها الورشة التدريبية والتي تنعكس آثارها إيجاباً في العمل الميداني الذي يهدف لخدمة المجتمع حيث تعتبر المسابقات والألعاب الجماعية التي تقام في المخيم مثل كرة القدم وغيرها احدى الأساليب التي تعزز زيادة قدرة الفرد على العمل ضمن فريق واحد وبروح العمل الجماعي.
ومن الجدير بالذكر ان جمعية كشافة الكفيل اقامت العديد من المخيمات والتي تسعى من خلالها الى تطوير الشباب وحثهم على تطوير مهاراتهم واكتساب الخبرات عن طريق الورش التطويرية والبرامج المختلفة وكل ذلك تأكيد منها على ضرورة الاهتمام بالشباب لأنهم جيل المستقبل.



إعداد: حيدر العزاوي

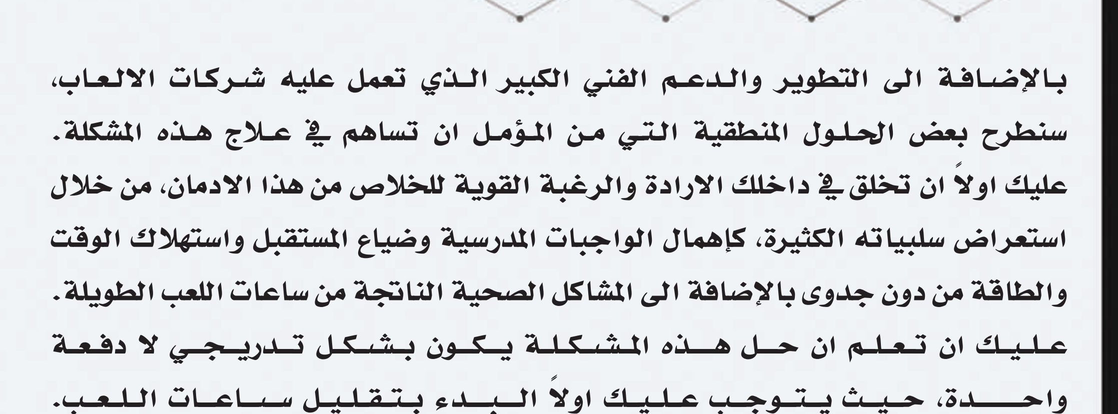


إدمان الألعاب الإلكترونية

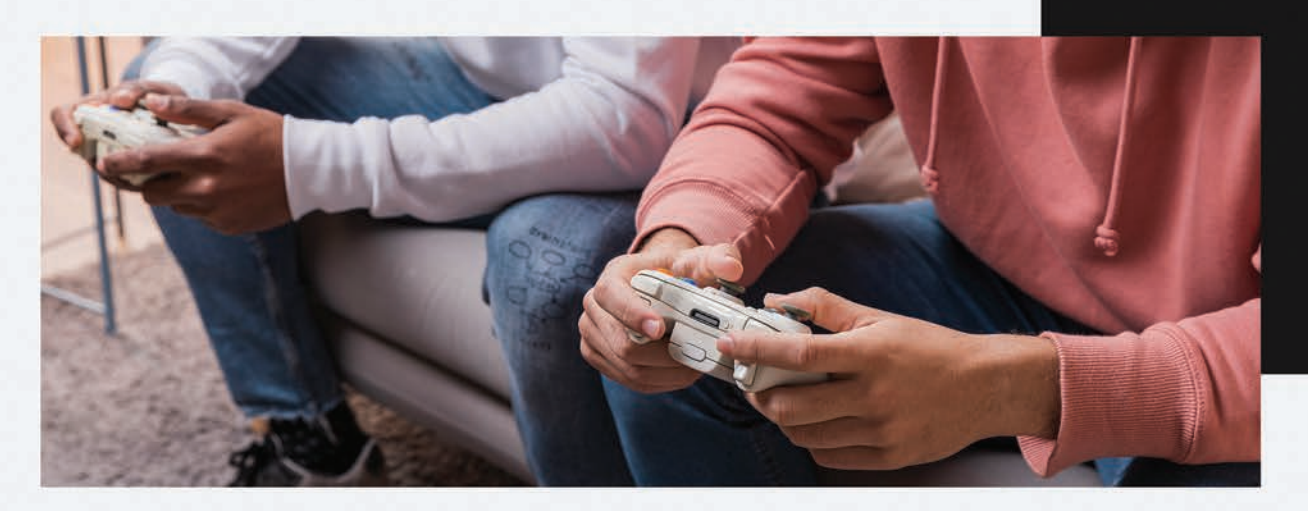
السلام عليكم ورحمة الله، اسمي سليمان أعاني من مشكلة الادمان المفرط للألعاب الالكترونية التي تُلعب من خلال شبكات الانترنت كلعبة (البوبجي) وغيرها من الالعاب حيث انها سببت لي هوساً كبيراً لدرجة انني اصبحت اليوم انفق الكثير من المبالغ المالية في سبيل الحصول على مواقع متميزة بين اللاعبين بالإضافة الى ظهور عادات غير صحية كالأرق وقلة الاكل مما انعكس سلبا على صحتي البدنية والنفسية بشكل عام ولا أعرف السبيل لحل هذه المشكلة، لذا يرجى مساعدتي بحل هذه المشكلة.

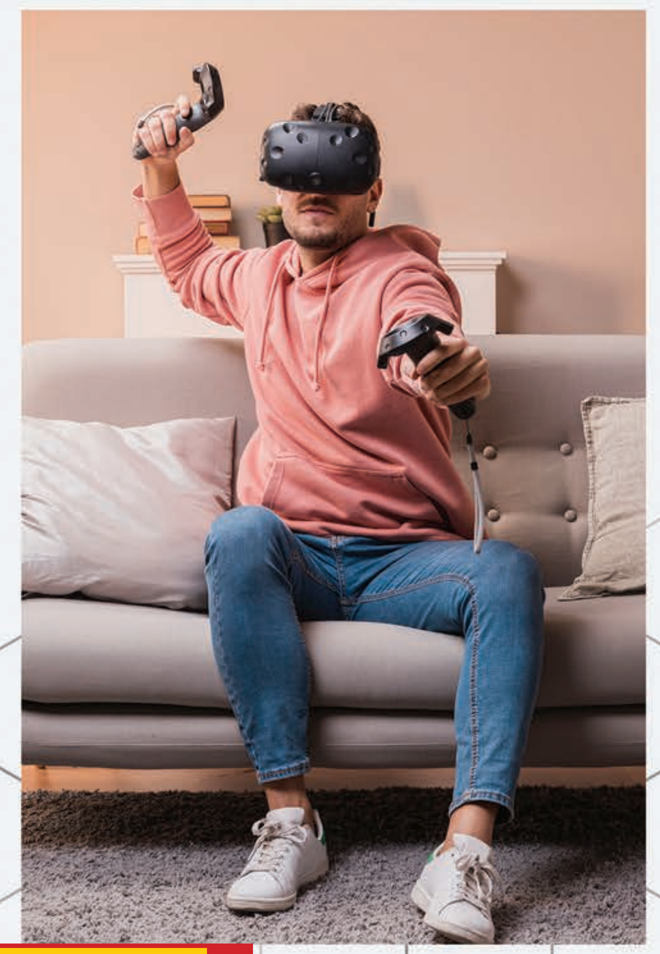
مجلة حيدرة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته، أهلا ومرحباً صديقنا العزيز، ان ما تفضلت به من خلال طرحك هو في الحقيقة مشكلة شائعة لدى العديد من الشباب وهي في تزايد مستمر بسبب التطور التكنلوجي الهائل الذي وصلنا اليه اليوم



بالإضافة الى التطوير والدعم الفني الكبير الذي تعمل عليه شركات الالعاب، سنطرح بعض الحلول المنطقية التي من المؤمل ان تساهم في علاج هذه المشكلة. عليك اولاً ان تخلق في داخلك الارادة والرغبة القوية للخلاص من هذا الادمان، من خلال استعراض سلبياته الكثيرة، كإهمال الواجبات المدرسية وضياع المستقبل واستهلاك الوقت والطاقة من دون جدوى بالإضافة الى المشاكل الصحية الناتجة من ساعات اللعب الطويلة. عليك ان تعلم ان حل هذه المشكلة يكون بشكل تدريجي لا دفعة واحدة، حيث يتوجب عليك اولاً البدء بتقليل ساعات اللعب.



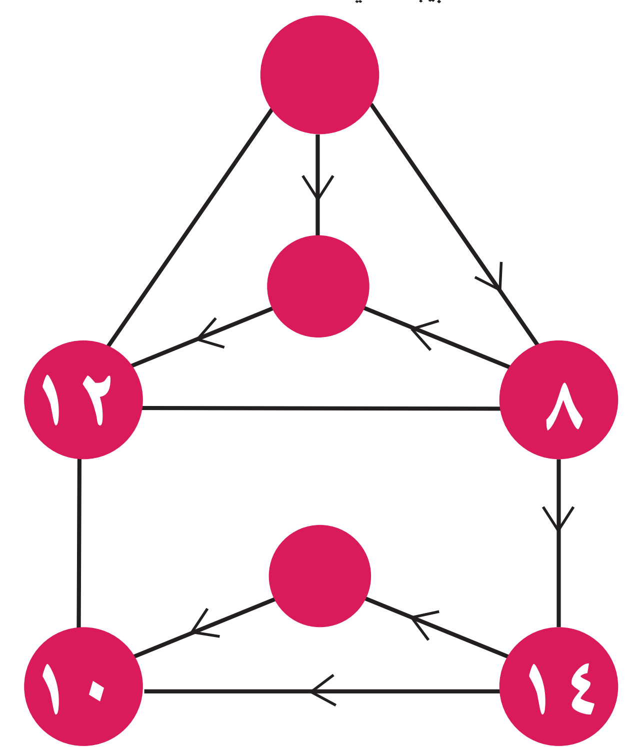


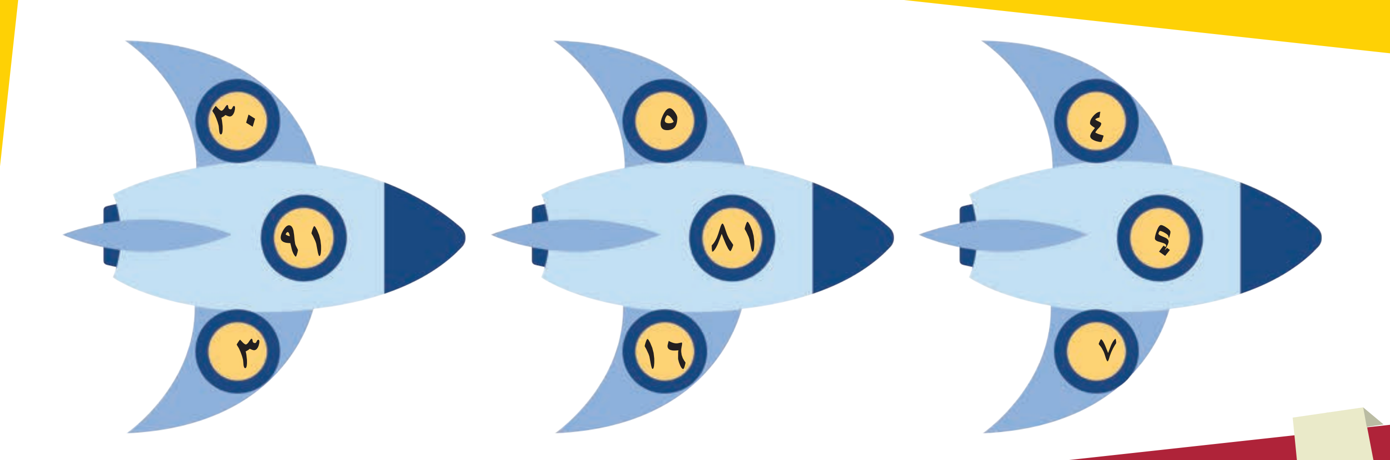
نظم يومك، اي حاول ان تصنع جدول مهام يوميا يتضمن اوقاتاً محددة يضمن لك الموازنة ما بين كافة الاعمال الحياتية كالعبادات والدراسة واللعب وزيارة الاقارب والاصدقاء وغيرها. اقضِ على وقت الفراغ من خلال اشغال نفسك بنشاطات أخرى كممارسة الرياضة او الخروج مع بعض الاصدقاء او مساعدة والديك في انجاز بعض الاعمال المنزلية او الانضمام الى بعض النوادي الرياضية. انفق بعضاً من الاموال التي تنفقها على الالعاب على الفقراء والمحتاجين او اشترِ به هدية لاحد افراد عائلتك واستشعر فرحهم وردود الافعال الجميلة الناتجة عن هذا السلوك الرائع بدلاً من بذل تلك الاموال على عوالم افتراضية لا فائدة مرجوة منها. جد البديل النافع، كالاهتمام بتطوير نفسك في تعلم مهارة جديدة أو قراءة بعض الكتب المفيدة التي تعزز من ثقافتك ومعرفتك وبالتالي تعود عليك بالنفع عاجلا او آجلا.

اعداد : لبيب السعدي

الدوائر الثلاثية

ضع الاعداد من (٨) الى (١٤)
بحيث يكون مجموع الاعداد في
أي ثلاث دوائر يساوي (٣٣).



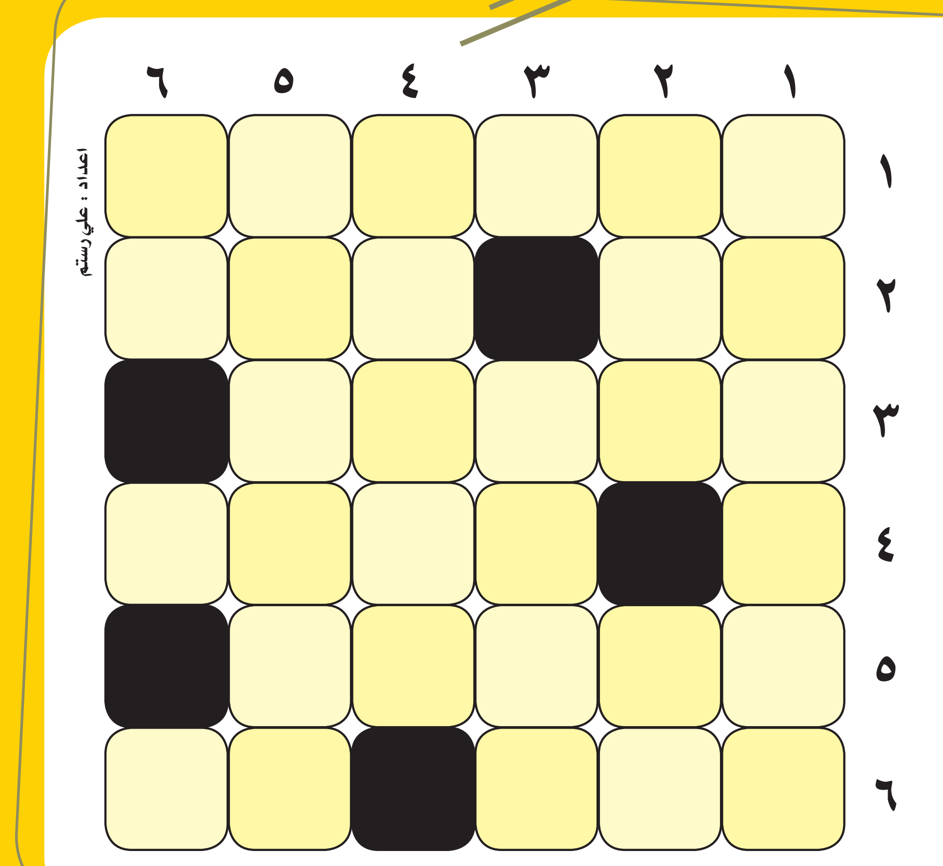


جد العدد المفقود في مقدمة الطائرة الاولى بالاستعانة بالاعداد الموجودة

عود الثقاب

حرك عود ثقاب واحداً الى المكان المناسب لكي تصبح المعادلة صحيحة.

$7+6-1=0$



الكلمات المتقاطعة

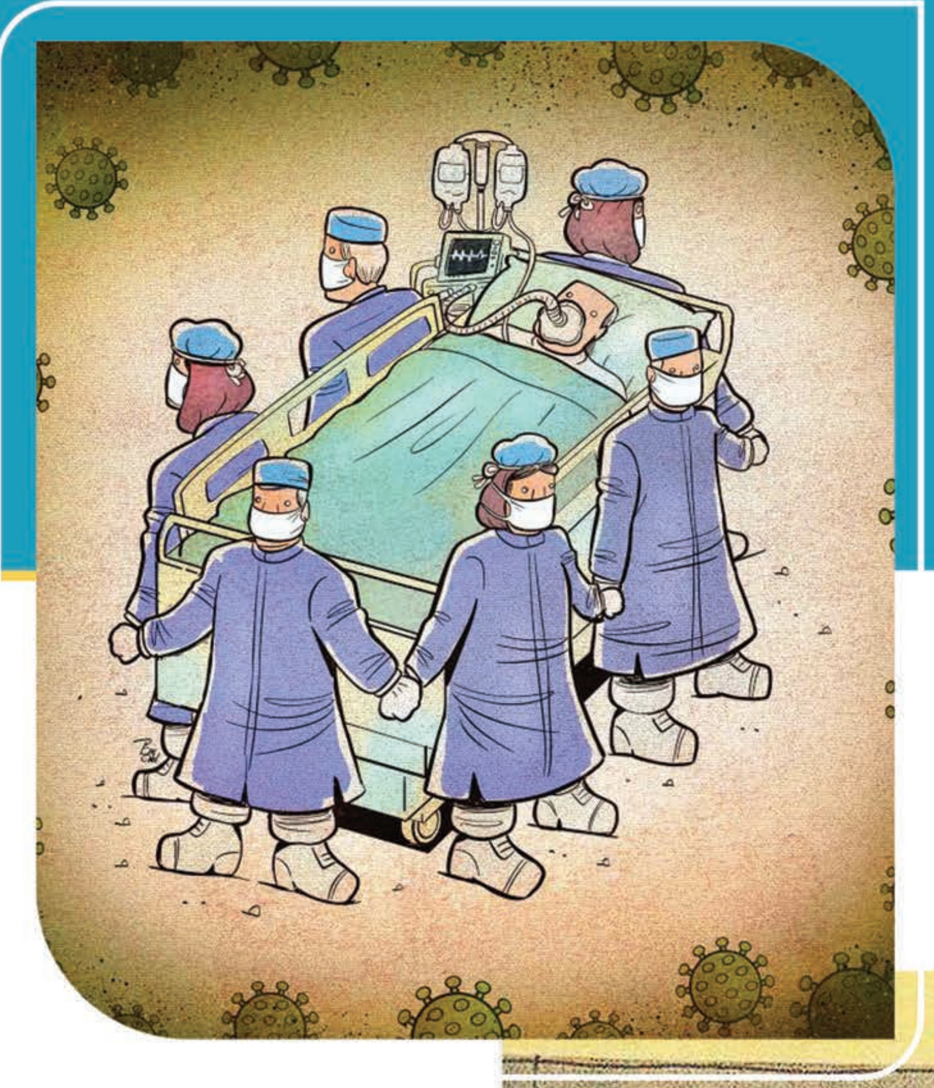
أفقي

١-نسبة لشخص من دولة تكنلوجية.
٢-والد / سلفة.
٣-تحمل القمح.
٤-على البحر.
٥-يتحطم ويقع.
٦-ماء جاري / جبل.

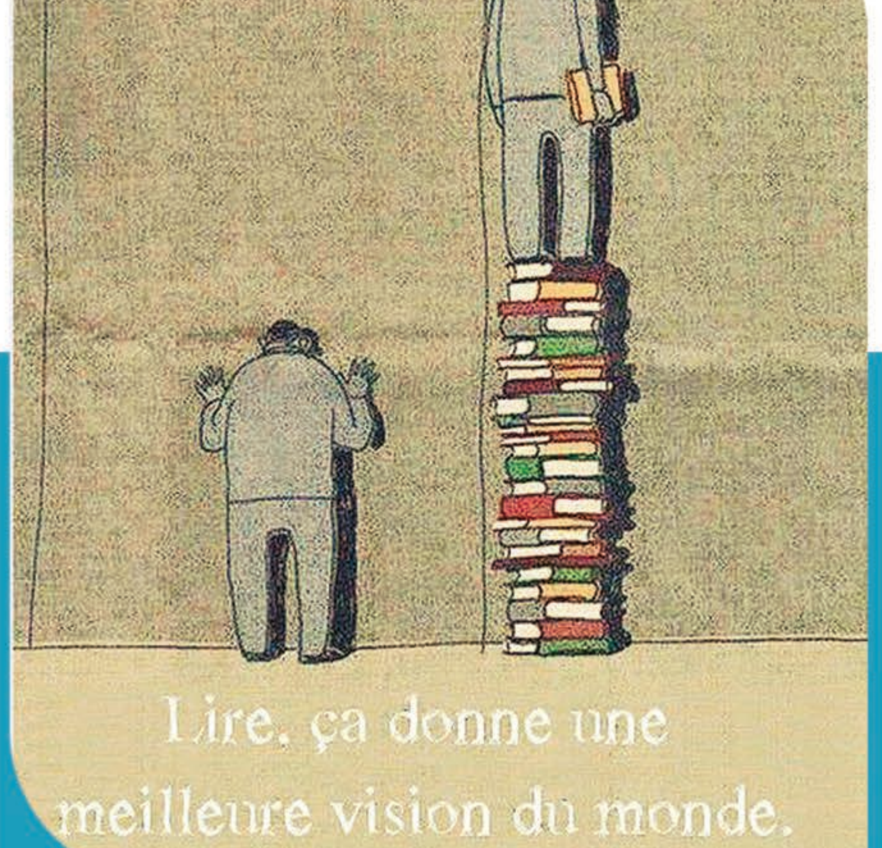
عمودي

١-من الورود العطرة.
٢-يتبع والده / ضمير(معكوسة).
٣-لا انام الليل.
٤-جمع اديب.
٥-تغادرين(معكوسة).
٦-عملة اسيوية.

حل العدد السابق



الـكـوادر الطبية
هم الجدار الحصين
ضـد الـوبـاء



الـعـلـم يرفـعـك
لـتـرى الـعـالـم
بـشـكـل أفـضـل